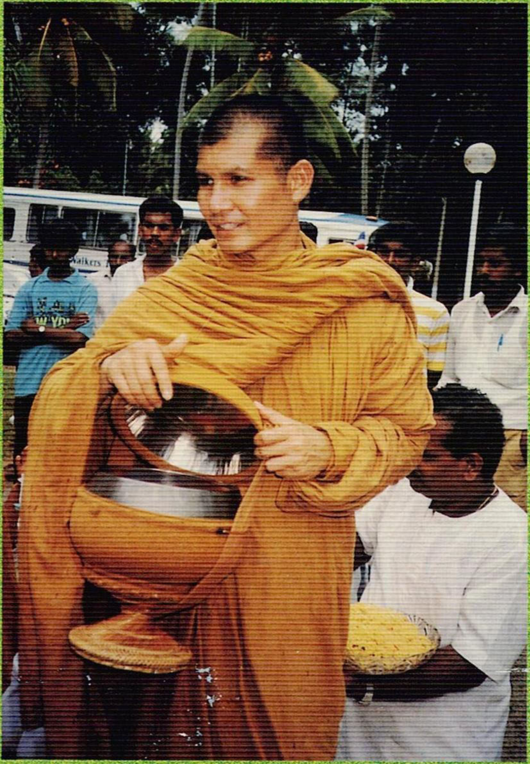


ความรักแห่งธรรมชาติ

SUÑÑATA SPIRITUAL FRIENDS

คณะศิษย์ร่วมจิตสุญญตา

ความรักแห่งธรรมชาติ

โดย

พระอาจารย์ ยันตระ อมโรภิกขุ

คณะศิษย์ร่วมจิตสุญญตา

SUNNATA SPIRITUAL FRIENDS

พิมพ์ครั้งที่ 1 : ตุลาคม 2537 จำนวน 50,000 เล่ม

โดย คณะศิษย์ร่วมจิตสุญญตา

ท่านสนใจร่วมสนับสนุนการจัดพิมพ์ หรือมีความประสงค์ขอรับหนังสือไปเผยแพร่ในงานกุศลต่างๆ

ติดต่อได้ที่ : ภูเดศ จันทรางกูร โทร. 589-9099

ปิยนาถ ธรรมเสน โทร. 282-9149

ภูมิรักษ์ ชมแสง โทร. 273-9255, 273-9256, 273-9246

คณะศิษย์ร่วมจิตสุญญตา ตู้ ปณ. 22 ปท.กระทรวงการคลัง กรุงเทพฯ 10411

พิมพ์ที่ : บริษัท โรงพิมพ์หยี่เฮง จำกัด

คำนำ

"คณะศิษย์ร่วมจิตสุญญตา" (SUNNATA SPIRITUAL FRIENDS) เป็นกลุ่มผู้มีความเลื่อมใสและเผยแพร่งานด้านศาสนาได้เห็นปฏิปทาและจริยวัตรอันงดงามของท่านพระอาจารย์ยันตระ อมโรภิกขุ ตระหนักถึงภาระกิจหน้าที่อันสำคัญของท่านในการเผยแพร่ศาสนาให้กว้างขยายไปทั่วแม้ในต่างประเทศ

คณะศิษย์ฯ ได้รับอนุญาตจากท่านพระอาจารย์ให้จัดพิมพ์ธัมโมวาทซึ่งท่านได้แสดงธรรม ณ สถานที่ต่างๆ ทั้งนี้เพื่อเป็นการรับใช้ช่วยเหลือเผยแพร่ศาสนา ตลอดจนการให้ความช่วยเหลืองานของสำนักป่าสุญญตารามทุกสาขา ตามแต่โอกาสอันสมควร โดยมีคณะสงฆ์ให้คำแนะนำและเป็นที่ปรึกษา

"ความรักแห่งธรรมชาติเป็นธัมโมวาทของท่านพระอาจารย์ ยันตระ อมโรภิกขุ ได้ให้ต่อภิกษุสามเณร อุบาสก อุบาสิกา ที่มากราบแสดงความกตัญญูกตเวทีแก่ท่านพระอาจารย์ฯ เนื่อง ในโอกาสวันคล้ายวันเกิดของท่านเมื่อปี 2535 ที่ผ่านมา อันเป็นประโยชน์ที่จะน้อมนำมาปฏิบัติ จึงเห็นควรจัดพิมพ์ขึ้นไว้

คณะศิษย์ขอกราบขอบพระคุณ พระพรเทพ สุเทโว (ท่านใหญ่) และพระธนา ฐิตสีโล ที่เมตตาจัดส่งต้นฉบับและ รูปภาพมาให้ พระปลัดประสงค์ ปริปุณโณ ที่อนุญาตให้นำโศลกธรรมพร้อมภาพเขียนของท่านลงพิมพ์ และขออนุโมทนาผู้สนับสนุนการจัดพิมพ์ ผู้มีส่วนให้หนังสือเล่มนี้สำเร็จลงด้วยดีซึ่งมิอาจกล่าวนามได้หมดทุกท่าน ตลอดจนขออภัยหากมีข้อผิดพลาดและบกพร่องเกิดขึ้น

ขออานิสงค์แห่งกุศลเจตนาของท่าน จงเป็นพลังอันหาประมาณมิได้ ส่งเสริมให้ได้รับส่วนแห่งความรักที่ธรรมชาติได้หยิบยื่นให้ตลอดกาล

คณะศิษย์ร่วมจิตสุญญตา



ธาตุรู้เดิม



สิ่งที่รู้ก็เหมือนไม่รู้อะไรเลย เพราะรู้แท้รู้เฉยไร้หมายมั่น

เหมือนน้ำใสบนใบบัวไม่ติดกัน รู้ดวงนั้นเหนือความรู้ดูเอาเอง

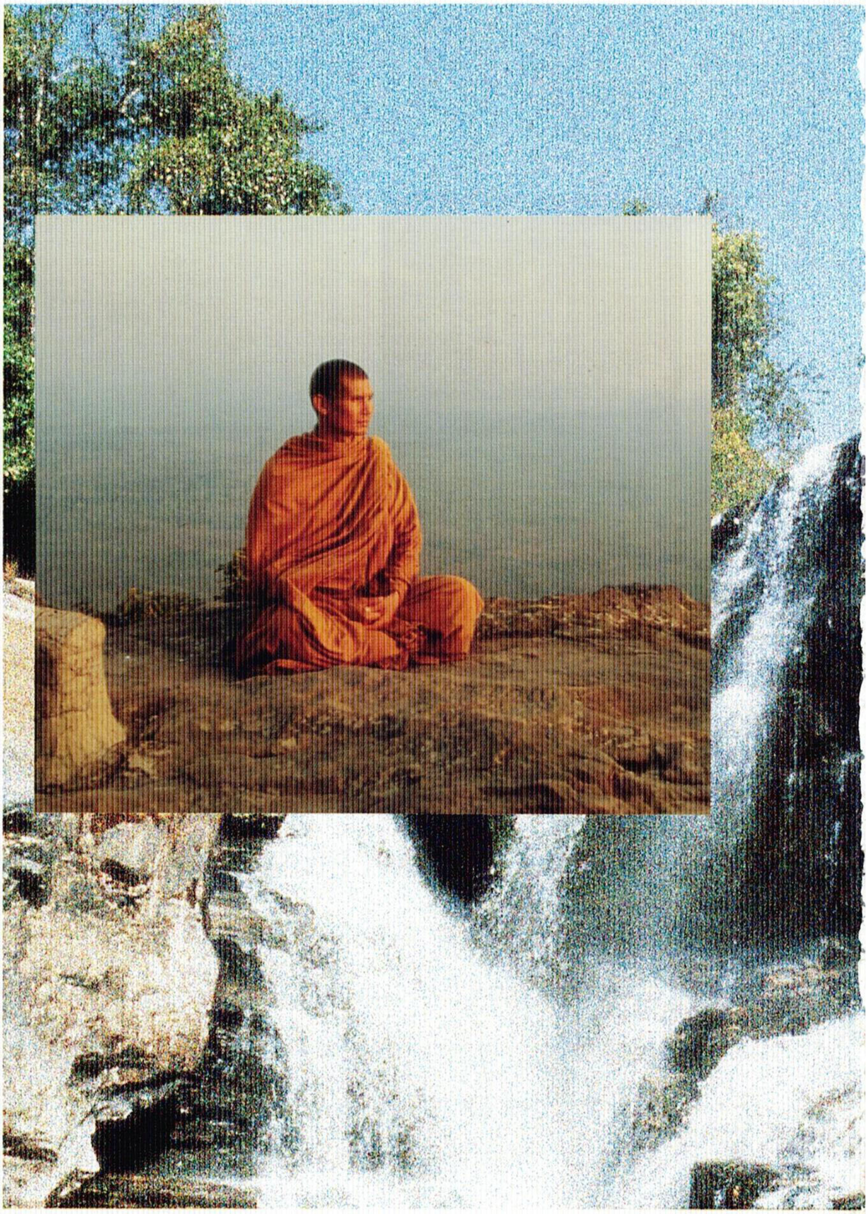
THE PAST KNOWLEDGE

Know as if we know nothing

If we really know, no expectation,

As the clear water running on the lotus's leaves

That's the real knowledge.







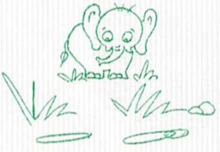
ความคิด

มนุษย์เป็นผู้ช่างคิด แต่แล้วมนุษย์ก็มักถูกตาข่าย

แห่งความคิดคลุมบังเอา แต่ก็ต้องอาศัยความคิด...ความนึก

ทั้งความตรึกและสังเกต เมื่อหนึ่งผุดแล้วหยุดคิด

ความจริงจึงประจักษ์ ความจริงนั้นไม่ใช่ความคิด!



THOUGHTS

Man is a thoughtful creature,

Yet man is easily ensnared

By thoughts that keep weaving themselves around him.

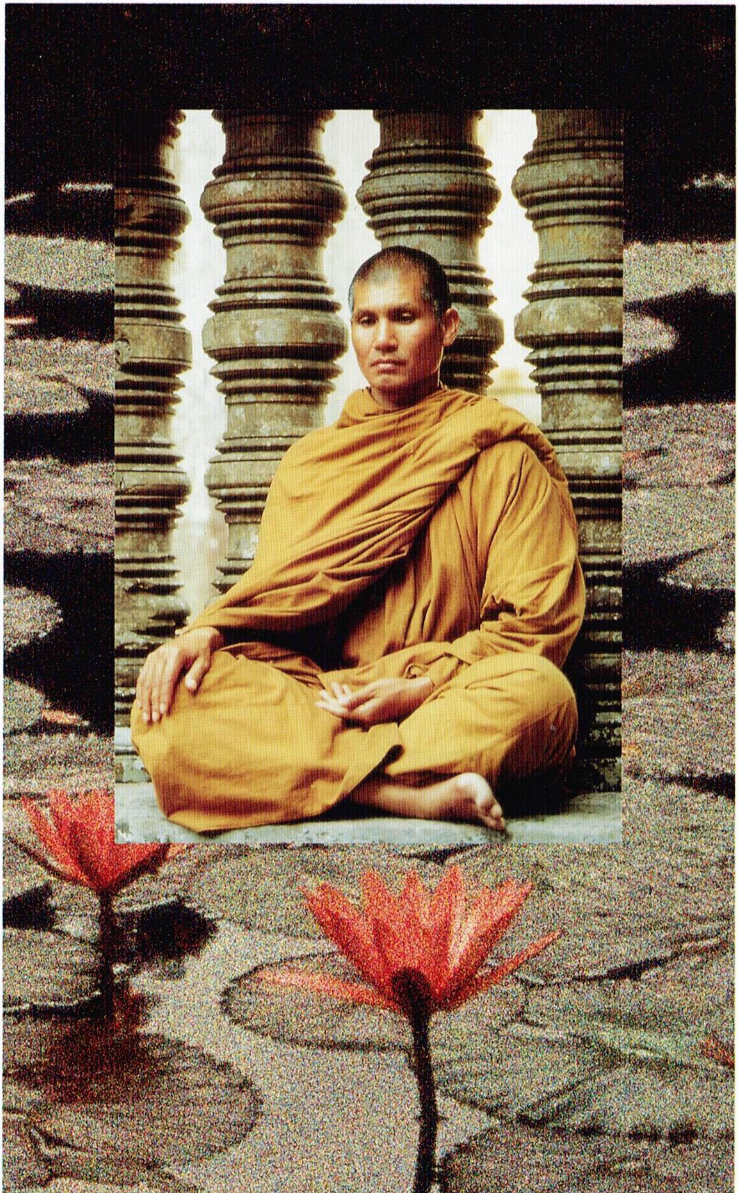
Nonetheless man has to confer with thoughts....imaginations,

Reflections, and observations.

However, once oneness rises, thoughts fall,

Whenceforth the heart becomes enlightened to truth.

Truth is not thought.



เผชิญ



เราจงต้อนรับกับสุขทุกข์ของชีวิต

เสมือนหนึ่งเป็นฤดูกาลของชีวิต

จะข้องใย

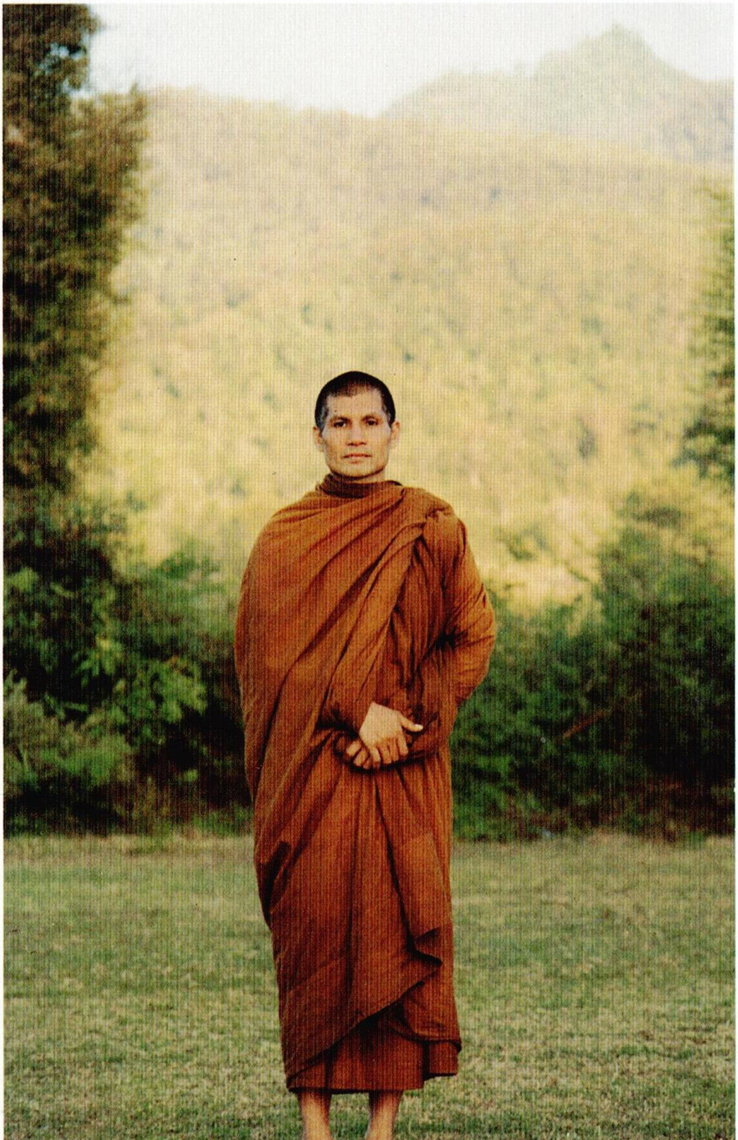
จงก้าวไปด้วยความสุขุม

หยุดเย็นอยู่ภายใน

CONFRONT

Let us so welcome happiness and suffering

By seeing them as the year-round seasons.
Why should we be perturbed?
Step Forward in wise repose
Inwardly still and filled with calm contend.



จุดยืนอันอิสระ

ยืนอยู่ที่รู้เป็นกลาง
ไม่หมายมั่นอะไรสิ่งใดสิ้น
รู้ปรกติแจ้งชัดอนัตตาเป็นอาจิณ
ธรรมสุดสิ้นอยู่ที่วางว่างใจเอย

THE FREE STAND,

In order to be at equanimity,
Without being desirous and attached to things.
This is the righteous insight into Selilessness.
The Ultimate Truth is to let go all and be free.







ความรักแห่งธรรมชาติ

ญาติโยมทั้งหลายได้ถวายผ้าป่าเป็นที่เรียบร้อยแล้วทุกคนได้กระทำบำเพ็ญกุศลตั้งแต่ต้นมาโดยตลอดจนบัดนี้ ได้ทุ่มเทสละแรงกาย แรงทรัพย์ แรงใจ กระทำทุกอย่างด้วยความเคารพ ด้วยความศรัทธาตั้งมั่นในคุณพระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ ตลอดทั้งครูบาอาจารย์ และเราทั้งหลายก็เตรียมใจที่จะพากันสรงน้ำ ให้เราน้อมระลึกถึงกุศลเจตนาที่เราได้กระทำแล้วและที่กำลังเตรียมจะกระทำต่อไป ด้วยอำนาจกุศลคุณงามความดีทั้งปวงนั้น

เมื่อเราพยายามกระทำบำเพ็ญอยู่เสมอ จิตใจของเราก็น้อมนำไปในสิ่งที่ดี คิดนึกไปในสิ่งที่ดี ก็จะหยั่งผลให้เรา มีความสุขความเจริญในชีวิตของเรา จะต้องน้อมกุศล ทั้งมีสติสัมปชัญญะ ให้ระลึกรู้อยู่ในสิ่งที่ดีงาม ถูกต้อง รู้ตัวของตัวเองอยู่เสมอ ไม่ว่าตนเองจะทำอะไรหรือกระทำอยู่ก็รู้และน้อมไปในทางที่ดีเสมอ หมั่นควบคุมพัฒนาจิตใจของตนเอง และพยายามที่จะฝึกละกิเลสเครื่องเศร้า

หมองอันเป็นเครื่องรบกวนจิตอันเป็นเครื่องบีบคั้นใจ อันทำให้เกิดความเดือดร้อนแก่ใจ แก่ชีวิตของเราพยายามเพ่งพิจารณาให้เห็นโทษของมันและใช้สติเข้าไประงับพร้อมด้วยสัมปชัญญะ รู้สึกตัวทั่วพร้อมกำหนดอยู่เสมอเนือง ๆ ตั้งใจไว้ชอบอย่างนี้ เสมอ ประกอบตนอยู่ด้วยความเพียร ไม่ลดละ มีศีลเป็นที่ตั้งมั่นต่อการปฏิบัติในชีวิตประจำวันของตน คือ เป็นผู้เว้นแล้วจากบาป เป็นผู้เว้นแล้วจากความทุจริตเบียดเบียนผู้อื่น ชีวิตอื่นทั้งหลาย ด้วยเจตนาอย่างนี้และตั้งใจกระทำให้ยิ่งขึ้นอย่างนี้เรียกว่า" เจริญตนอยู่ในศีล"

เราพยายาม ยินดีต่อความสันโดษ ทั้งฝึกตนในการเสียสละ หัดเป็นคนเสียสละ สะสมการให้ให้มากยิ่งขึ้น หมั่นฝึกน้อมที่จะเพิ่มพูนความดีให้มีมากขึ้นทุก ๆ วัน วันหนึ่ง ๆ จะไม่ปล่อยให้ผ่านไป โดยปราศจากประโยชน์ โดยปราศจากคุณความดี เราจะสะสมทานบารมี จะสะสมการให้ทุก ๆ วันไม่ว่าจะเป็นวัตถุหรือสิ่งใด ๆ จะเป็นความรู้ความสามารถที่เรามีที่เราเข้าใจ เราก็จะหยิบยื่นช่วยเหลือ

ตลอดทั้งทางอันเป็นที่ถูกที่ชอบที่เป็นธรรมทั้งหลายที่เราเข้าใจ และตั้งไว้ด้วยเมตตาอยู่เสมอที่จะหยิบยื่น ให้น้อมดวงจิตอย่างนี้ คือตั้งความปรารถนาต่อทุกคนทุกชีวิต "จงมองเห็นทุกคนทุกชีวิตเป็นเพื่อนทุกข์อยู่เนือง ๆ " และให้อภัยแม้ใครจะผิดพลาดบกพร่อง จงอยู่ด้วยกันด้วยความรักความเข้าใจอยู่ด้วยความเมตตากรุณา คุณธรรมของเราก็จะสูงขึ้นๆ ขณะใดใจเรามีความรักเมตตาบริสุทธิ์ที่ไม่ใช่รักใคร่ แต่เป็นความรักเมตตาที่เปี่ยมด้วยความบริสุทธิ์ปรารถนาดีให้เขาออกจากทุกข์ ให้เขามีความสุขทั้งเมตตาและกรุณา เห็นทุกข์ของบุคคลอื่น พยายามเอาใจเขามาใส่ใจเรา ชีวิตเขามาใส่ชีวิตเรา หรือเอาหัวอกเขามาเทียบกับหัวอกเรา และพยายามทำความเข้าใจ

แม้ว่าสิ่งใดที่ยังทำไม่ได้ ก็พยายามฝึกใจของตนเจริญคุณธรรมให้เกิดมีขึ้น คือ "เมตตา" เราไม่เคยมีเมตตาต่อบุคคลใด เราก็พยายามสร้างให้มีให้ได้และกว้างขึ้นไปสู่ชีวิตทั้งหลายที่ไม่มีขอบเขตจำกัด เหมือนพระพุทธองค์ที่มีเมตตา

ต่อสัตว์โลกทั้งหลาย ตลอดจนชีวิตทั้งปวงโดยไม่มีประมาณ คือน้อมเอาคุณที่มีความรักเมตตาที่มารดามีต่อเราอย่างยิ่ง เราเอาความรักความเมตตาที่มารดาให้เรา แบ่งปันให้ชาวโลกทั้งหลายให้ยิ่งขึ้นไป คือว่าทุกชีวิตเป็นเพื่อนทุกข์เป็นญาติสนิทมิตรกับเราทั้งสิ้น ถ้าอย่างนี้เราไม่สามารถเบียดเบียนบุคคลอื่นได้เลย และเป็นกุศลที่แท้จริง ทั้งมีสติระลึกรู้ มีหน้าที่อะไรก็กระทำไปด้วยใจรัก ด้วยการเสียสละให้ยิ่ง ๆ ขึ้นไป

จงพยายามทำงานให้เต็มกำลังด้วยความมีสติ ให้พยายามเพลิดเพลิน สร้างใจรักในงานนั้นๆ ให้จงได้ ทั้งเสียสละในขณะที่เราทำงานก็ต้องมีสติรู้ทันอารมณ์ มีอะไรเข้ามาก็รู้ชัด จงกระทำไปด้วยความเสียสละและให้เต็มกำลัง

พร้อมกันนั้น พยายามเห็นความเกิดดับอยู่เนืองๆเห็นความไม่เที่ยง เห็นความดับไปในสิ่งทั้งหลายว่า "ล้วนแต่เป็นเช่นนั้นเอง" จะเป็นบุคคลที่เรารักหรือที่เราชังหรือเป็นกลางๆ ล้วนแต่ดับไปหมด สิ่งของที่เรารักชอบที่เราไม่ชอบล้วนแต่แตกดับหมดเหมือนกัน ให้เพ่งเห็นความดับไปอยู่เสมอ

บุคคลใดเห็นความดับของสิ่งทั้งปวงจิตจะปลงจากอารมณ์ได้ง่าย จิตจะวางความยึดถือได้เร็วและกระจ่าง และพยายามดูจนกระทั่งจิตของตนนั้นปรกติและย้อนกลับมาสู่หน้าที่ชีวิตอะไรที่เรากระทำโดยปรกติก็จงทำไปเถิด

ธรรมะนั้นถึงที่สุดก็คือ กลับมาสู่ชีวิตที่เป็นปรกติ เป็นธรรมดา มีอะไรก็กระทำไป ยังคงเจริญอยู่ เป็นไปอยู่ตามเรื่องราว ถ้าเป็นครอบครัวก็ยิ่งมีความรักกับครอบครัวยิ่งขึ้นจะมีความรักต่อเพื่อนมนุษย์ และสัตว์ทั้งหลายยิ่งขึ้นๆ ดำรงอยู่ด้วยความปรกติธรรมดาเหมือนธรรมชาติที่ปรากฏอยู่เบื้องหน้าเรา รอบตัวเรา

ทั้งกลางวัน กลางคืน ต้นไม้ แผ่นดิน อากาศที่อยู่รอบๆ ตัวเราขณะนี้เราจะเห็นชัดมันไม่เคยเบียดเบียนเราเลยมันมีแต่ให้ให้และโอบอุ้มเรา ทำหน้าที่จนที่สุด จนกว่ามันจะสลายไป

เราทั้งหลายจงพิจารณาเถิดแม้กลางคืนล่วงเลยไปแล้วผ่านในวันใหม่พระอาทิตย์ก็ยังส่องแสงอีก ไม่รู้เบื่อ กลางคืนดวงดาวก็ออกมาประดับบนฟากฟ้าส่องแสงกระพริบระ

ยิบระยับ แม้ชาวเรือสมัยก่อน หรือยุคนี้ก็อาศัยการดดาวใน การเดินทาง และยังมีประโยชน์อย่างอื่นอีกเช่นเดียวกัน ทั้งเป็นที่เกิดนักกวีมากมายเป็นที่เกิดของนักดาราศาสตร์และเป็นองค์ประกอบให้เกิดความคิดอันสงบลึกซึ้งเมื่อผู้นั้นฉลาดในการมองสิ่งต่าง ๆ แล้วเอามาขบคิด

ธรรมชาติล้วนแต่ให้เรา มีแต่การเกื้อกูล และเป็นแรงบันดาลใจให้กับเรา ผู้มีปัญญาพร้อมทั้งความสงบจึงเห็นคุณค่าของธรรมชาติ จึงมีใจลึกซึ้ง และรักธรรมชาติแต่มิได้หลงธรรมชาติ และมีความกตัญญูรู้คุณไปหมดอย่าว่าแต่คุณของพ่อแม่ ครูบาอาจารย์ จะรู้คุณแม้กระทั่งแผ่นดิน แม่น้ำ ต้นไม้ ภูเขา คนโบราณจึงมีความเคารพธาตุต่าง ๆ ที่มีอยู่ในโลก เพียงแต่เรารู้จักใช้สิ่งต่าง ๆ ทั้งหลายให้ถูกต้องและให้ลึกซึ้ง อย่าทำลายธรรมชาติ อย่าเบียดเบียนธรรมชาติโดยเฉพาะ คือธรรมชาติแห่งความปรกติสงบเย็นซึ่งเรามีอยู่เดิมใครที่มีความปรกติสงบเย็น ชีวิตของเขาก็เป็นธรรมชาติ

เราจะเห็นได้ชัดว่า ขณะใจสงบเย็นเป็นธรรมชาติที่ชัด

แจ้งอยู่ในใจนั้น จะไม่มีการรังเกียจเบียดแบ่ง จะไม่มีปฏิกริยาในทางลบเลย เมื่อภาวะจิตปรกติ เอกภาพก็ปรากฎชัด นั่นคือ "ธรรมแท้"

แม้ที่สุดสิ่งที่จะเป็นอุปสรรค การงานที่ดูเหมือนว่ายากลำบาก อุปสรรคที่หนักหน่วงก็เห็นเป็นธรรมดา เป็นสิ่งที่ชีวิตควรจะได้เรียนรู้และเผชิญ จึงยิ้มรับและเห็นเป็นธรรมดาทั้งหมด เมื่อไรที่เราถึงความเป็นเช่นนั้นได้ชื่อว่าบุคคลนั้นเข้าสู่กระแสธรรม คือ เห็นความเป็นธรรมดาในสิ่งทั้งปวง ภาษาธรรมเรียกว่า "ตถตา" พระองค์จึงมีนามว่า "พระตถาคต" ผู้เข้าถึงความเป็น ปรกติธรรมดาทั้งหมด ไม่ว่าจะเกิดอะไรขึ้น อะไรจะตั้งอยู่ อะไรจะดับไปแต่พระทัยของพระองค์ก็มีความปกติ สะอาด สว่าง สงบ มีสติสัมปชัญญะและ สว่างเจิดจ้าชัด แต่พระองค์ต้องอบรมบำเพ็ญมาถึง 4 อสงไขยแสนมหากัปป์ หรือ 16 อสงไขยชาติที่บำเพ็ญมา เพราะฉะนั้นเราทั้งหลายอย่าได้ท้อถอยต่อการบำเพ็ญคุณงามความดี

จงมองเถิดแม้เพียงต้นไม้ที่เกิดที่นี่ ไม่ใช่เกิดเพียงวัน

เดี๋ยวโตได้ขนาดคนโอบหรือสูงได้ขนาดนี้ มันใช้เวลา มัน

ต้อนรับทุก ๆ ฤดูกาล ไม่ว่าหน้าแล้ง หน้าฝน หน้าหนาวแล้วมัน

ก็เติบโตขึ้นเมื่อยามหน้าแล้ง มันรู้ว่าเป็นภาวะที่ลำบากมาก

ต่อการทนรักษาใบไว้มันจึงสลัดใบออก เตรียมพร้อมที่จะแตก

ผลิใบใหม่ในหน้าฝน มันสร้างวงปีและเติบโตขึ้นที่ละน้อยๆ

ตั้งแต่ยังเป็นเมล็ดน้อย ๆ ฟูมฟักอยู่ในโอบอุ้มของดินที่มี

ความรัก ต่อทุกชีวิต

ไม่เพียงแต่เมล็ดพันธุ์ของต้นไม้ทั้งหลายจะงอกงาม

ชีวิตของเราทั้งหลายก็อาศัยบนแผ่นดิน จงมองดูธรรมชาติที่

โอบอุ้มให้อยู่ตลอดเวลา และแข็งแกร่ง ดินไม่เคยบ่น ใครจะ

ถ่ายราดรดอะไรลงไป เหยียบย่ำ หรือปลูกสร้างทบถมสิ่งใด

ดินก็ยังดำรงความเป็นแผ่นดินรองรับทุกชีวิตให้ได้พักพิงอาศัย

เราจงทำจิตทำชีวิตของเราให้หนักแน่นดุจแผ่นดินและ

ให้แข็งแกร่งเหมือนขุนเขา ตลอดจนการต้อนรับสุข-ทุกข์ต่าง ๆ

ของชีวิต เหมือนกับต้นไม้ที่มันต้อนรับทุกฤดูกาลที่เข้ามา จง

คิดเสียว่าสุข-ทุกข์อุปสรรคทั้งปวง เป็นเพียงสภาวะธรรมดา

เป็นเพียง "ฤดูกาลของชีวิต" ใยเราจะเลือกแต่สิ่งที่เราพอใจ เล่าเราจงยอมรับแม้สิ่งที่ไม่น่ายินดีเข้ามา จงต้อนรับมันด้วยเช่นกัน ในเหรียญหนึ่ง ๆ จะต้องมีด้านหัวและด้านก้อยเป็นของคู่กันธรรมดา แต่บุคคลที่ต้อนรับและวางใจ "เป็นกลางจะยืนอยู่เหนือสิ่งคู่ ไม่ว่าจะมีลาภหรือเสื่อมลาภ ไม่ว่ามียศหรือเสื่อมยศ ไม่ว่ามีสุขหรือมีทุกข์ เขาก็ไม่ได้สะทกสะท้านสิ่งใด ๆ เข้ามาก็ไม่หลงใหล ไม่ติดข้อง ไม่ผลักต้านแม้แต่ความทุกข์ใด ๆ อุปสรรคใด ๆ และไม่หลงยินดีติดอยู่ในโลกียสุขใด ๆ เขาจึงยืนอยู่เหนือทุกข์สุข เพราะฉะนั้นเราจงมองให้ดี พิจารณาฝึกเพื่อเราจะได้เป็นผู้ที่เข้าสู่ธรรมที่ยิ่งขึ้นเพื่อจะได้พบสิ่งที่เป็นสาระที่แท้จริงของชีวิต

ท่านทั้งหลายได้มากระทำบำเพ็ญบุญกุศล ในโอกาสนี้ไม่ว่าจะเป็นถวายทาน รักษาศีล และได้ฟังธรรม ตลอดทั้งได้ช่วยเหลือกิจการต่าง ๆ ทุกอย่าง บางคนแทบไม่ได้หลับได้นอนสองวันสองคืน พักน้อยมาก แต่กระทำด้วยดวงใจ อันมุ่งหมั่นเสียสละ ก็จะมีความภูมิใจ เราจะเห็นได้ว่า กุศล

เป็นแรงหนุนให้เรากล้าทำอะไร เมื่อเราเห็นและมีศรัทธาในกุศล มีศรัทธาในสิ่งหนึ่งที่เรามุ่งมั่น ความศรัทธานี้ เราพยายามปลูกสร้างศรัทธาให้มั่นในทางที่ดีที่ถูกที่ชอบให้ยิ่งขึ้น ศรัทธาในทางสายนี้คือ ศรัทธาในทางแห่งพุทธธรรมอันเป็นคำสั่งสอนที่ถูกต้องและเป็นสัจจะความจริง

แต่หนทางที่เราจะไปถึงเป้าหมายนั้นยาวไกล มีทั้งขวากหนาม หลุมบ่อ มันไม่ได้ราบรื่นเหมือนอย่างที่เราคิด ทางชีวิตของทุกคนย่อมมีอุปสรรค ย่อมมีสิ่งที่ยากลำบาก บุคคลนั้นย่อมจะกลายเป็นบุคคลอ่อนแอ เพราะฉะนั้นคิดเสียว่าสิ่งนั้นเป็นเครื่องทำให้จิตเข้มแข็งทำไมเราจึงหนีเสีย ทำไมจึงปฏิเสธเสีย บุคคลที่มีความสามารถและพบความสำเร็จอันยิ่งใหญ่ที่สุดนั้นต้องผ่านอุปสรรคมาทั้งสิ้น ยิ่งเป็นใหญ่ยิ่งเจอคลื่นใหญ่ เพราะต้องออกทะเลมหาสมุทร คนทำงานใหญ่ต้องพบอุปสรรคมากกว่าคนทำงานเล็ก คนยิ่งทำงานใหญ่ ก็ยิ่งเจออุปสรรคมากและซับซ้อนละเอียดมากขึ้น แต่สิ่งต่าง ๆ เหล่านั้นมิได้เป็นเครื่องขวางกั้นบุคคลผู้มีศรัทธา

และความเพียร พร้อมทั้งมีความมุ่งมั่นอันไม่ เปลี่ยนแปลง ตลอดทั้งมีสติสัมปชัญญะควบคุมบังคับตนเองได้ เพราะฉะนั้นผู้ที่เป็นนักต่อสู้ที่ดีของชีวิตนี้ จะเป็นนักต่อสู้ในทางโลกหรือทางธรรม แม้แต่นักรบที่กำลังรบก็จะต้องเป็นผู้ควบคุมสติได้

ก่อนที่ญาติโยมจะรับพรและสรงน้ำ เนื่องด้วยในวันที่ 14 ตุลาคม พุทธศักราช 2535 ณ สำนักป่าสุญญตาราม แห่งนี้ อาตมาใคร่จะฝากข้อธรรมข้อนี้ให้เราทั้งหลายนำเอาไปเป็นข้อคิดพิจารณา พากันปฏิบัติเท่าที่เราจะทำได้แม้ท่านจะคอยแล้วคอยอีก จากกลางวันจนกระทั่งตกค่ำ ค่ำแล้วบางคราวก็ดึกดื่นอย่างเมื่อคืนหรือที่ผ่าน ๆ มา แต่ท่านทั้งหลายอย่าลืมว่าคนที่จะพบกับความสำเร็จอย่างยิ่งจะต้องเป็นผู้อดได้ทนได้ รอได้ แม้ที่สุดคอยจนกว่าภาวะผลที่เกิดแต่อย่าไปหวังกังวลเกินไปกับผลดีที่สุดก็จงสร้างเหตุ

จงสร้างเหตุเสียตั้งแต่บัดนี้เป็นสิ่งที่ดีอย่ารอผล อย่าหวังผลมากเกินกว่าเหตุ พยายามสร้างเหตุให้ดีแล้วผลก็จะ

เป็นไปตามเหตุทุกอย่าง เป็นไปตามเหตุเพราะปัจจัยพร้อมผลเกิดเอง เหมือนกับดอกไม้ที่ใกล้จะบาน

ถึงเวลามันก็จะบานของมันเองโดยที่เราไม่ต้องไปฉีกกลีบ จิตใจของเราก็เหมือนกัน พอมีภาวะเหตุปัจจัยพร้อม มีสติสัมปชัญญะพร้อมทั้งปัญญา และมีความสงบทรงตัวอยู่ในความปรกติที่ไม่มีอะไรเข้ามารบกวนจิตใจได้ จิตก็จะเบ่งบานของมันเองไปในตัว โดยไม่ต้องหาอะไรมาเป็นเครื่องเติมต่ออีก เพราะฉะนั้น *"คนฉลาดไม่ต้องดิ้นรนหาสุขเพียงแต่รู้ทันทุกข์ ไม่เอาทุกข์มาเติมต่อเท่านั้นเอง"*

คนโบราณจึงพูดไว้ว่า

"อย่าแส่หาทุกข์
อย่าหลงสุขในบาป
อย่าหลงคาบเหล็กแดง
อย่าหลงแต่งผิวดิน
อย่าหลงกินของร้อน
อย่าหลงนอนในไฟ

จงเป็นไปอย่างแร้ง

แสวงหาความบริสุทธิ์

ให้รู้จักหยุดอย่างพระ (พระคือ ผู้หยุด ผู้วางแล้ว พอหยุด มันก็ถึงเอง)

แล้วเราจะได้ละความโง่

แล้วเราจะได้โตเต็มโลก

ไม่ต้องมานั่งโงกงมแก่

เดี๋ยวหาว่าสมภารไม่บอก

นิพพานไม่ไกลเร่งไปอย่าช้า

นะท่านทั้งหลายเอ๋ย"

ขอให้เราทั้งหลายจงพยายามเข้าใจ

ทั้งหมดอยู่ที่ตัวเรา อยู่ที่การฝึกตน ตั้งใจฝึกจริงๆถึงแม้อินทรีย์ของเราจะไม่แก่กล้า เราหวั่นไหวเป็นธรรมดายังมีความขึ้น ๆ ลง ๆ มีความเร่งร้อนผิดพร่องเป็นธรรมดา แต่เมื่อรู้ถึงความบกพร่อง สำนึกรู้ตัวแล้ว พึงปรับปรุงแก้ไข ยอมรับสิ่งบกพร่องของตน ตั้งใจแก้ไขด้วยดี และหมั่น

พัฒนาตั้งแต่บัดนี้ ฝึกไปเถิด ถึงเวลาหนึ่งเราจะได้รับผลเอง ขอให้เราทั้งหลายพยายามหมั่นกระทำ ขอให้ทุกคนตั้งจิตเจตนาอย่างนี้ให้มั่นคง

ในโอกาสนี้ เพื่อให้เกิดอานิสงค์เพิ่มขึ้น ขอให้เราทั้งหลายระลึกถึงกุศลที่เราได้ทำ จงเป็นแรงเป็นกำลังใจให้เราก้าวไปสู่จุดหมายสูงสุดแห่งชีวิต คือ เข้าสู่ความพ้นทุกข์ทั้งปวงหรือให้เกิดความสว่างแจ้งจริงภายในจิต จนไม่มีความมืดมนอันใดเข้ามาเบียดบังชีวิตของเราได้อีกต่อไป ขอสิ่งนั้นจงปรากฏชัดต่อเราทั้งหลาย ทั้งขอให้เรามีใจรักเมตตาทุกคนทุกชีวิต ซึ่งล้วนแต่เป็นเพื่อนร่วมทุกข์ของเราด้วยกันทั้งหมดทั้งสิ้น

ขอให้อธิษฐานในใจว่า
ขอให้ศีลของข้าพเจ้าตั้งมั่น
ให้ข้าพเจ้าพึงมีใจในการละตนจากความฟุ้มเฟือย
ให้ข้าพเจ้ายินดีในความสันโดษยิ่ง ๆ ขึ้นไป

ให้ข้าพเจ้าพึงมีใจเสียสละ รักผู้อื่น มีชีวิตอยู่เพื่อการบำเพ็ญประโยชน์ต่อผู้อื่นด้วยเช่นกัน ในขณะที่ดำเนินชีวิตไปในการแสวงหาสิ่งใด ก็ขอให้ทำประโยชน์ต่อชีวิตอื่น บุคคลอื่นด้วยให้ยิ่ง ๆ ขึ้นไป จนกว่าจะถึงที่สุด จนกว่าจะสิ้นลมหายใจ

ขอปณิธานนี้ จงเกิดแก่เราทั้งหลายให้มั่นคงอยู่ในใจของเรายิ่ง ๆ ขึ้น

ท้ายที่สุดอาตมาขอฝากธรรมะสั้น ๆ ในวันนี้ไว้เพียงเท่านี้และอำนวยพรให้ท่านทั้งหลายจงประสบแต่ความสุขความเจริญในชีวิตจงยิ่ง ๆ ขึ้นไป โดยขออ้างอิงเอาอานุภาพทั้งหมดทั้งปวง คือ พุทธานุภาพ ธรรมานุภาพ และสังฆานุภาพ ทั้งกุศลบารมีที่เราได้เจริญกระทำบำเพ็ญ และด้วยอำนาจสิ่งศักดิ์สิทธิ์ใด ๆ ในที่นี้และทั่วสากลโลก ตลอดทั้งสากลพิภพ ไม่ว่าเหล่าเทพน้อยใหญ่ทั้งหลาย รวมทั้งเหล่าอริยเทพที่อยู่ในระดับเบื้องสูงทั้งหลายรวมทั้งกุศลที่เราได้กระทำบำเพ็ญโดยพร้อมเพรียงกันในวันนี้ และที่ได้กระทำมา

ทั้งหมดทั้งสิ้นในชีวิตของเรา ด้วยอำนาจทาน ศีล ภาวนาทั้งกุศลใหญ่น้อยทั้งหลายทั้งปวงจงผนวกดันเข้าเป็นกำลังสนับสนุนส่งเสริม ส่งผล ให้เราทั้งหลายจงประสบความสุข ความเจริญในชีวิตจงยิ่ง ๆ ขึ้นไป ให้มีกำลังทั้งกายทั้งใจ ทั้งสติปัญญาความสามารถในการเจริญคุณธรรมความดีจนถึงความไพบูลย์ ถึงซึ่งสิ่งสูงสุดด้วยที่เราตั้งใจไว้นั้น ไม่ว่าด้วยคุณธรรมแห่งเมตตาและปัญญาและความสว่างแห่งจิตที่ไปสู่ความหลุดพ้น ทั้งอุปสรรคใด ๆ หากมีมาหรือเป็นอยู่หรือจะมีมาทั้งใกล้ไกลทั้งหลาย ขอให้มลายสลายสิ้นไปตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป และขอให้เราข้ามพ้นอุปสรรคเครื่องติดข้องหมองมัวทั้งหลาย หากว่ายังมีสิ่งตกค้างอยู่ในส่วนใด ขอให้เราได้ข้ามพ้นไปด้วยธรรมอันดี ให้กำราบไปด้วยอำนาจแห่งธรรมและกุศลที่เราได้กระทำบำเพ็ญแล้วในวันนี้ และอานุภาพแห่งพระรัตนตรัยเป็นที่สุด พร้อมทั้งขอให้เราทั้งหลาย จงสำเร็จในสิ่งที่มุ่งมาดปรารถนาที่อยู่ในวิสัยอันชอบทุกประการและให้เจริญเพียบพร้อมด้วย สิริ อายุ วรรณะ สุขะ พละ

และปฏิภาณพร้อมทั้งธนสารสมบัติ จงไพบูลย์ทุกประการ ทุกท่านด้วยเทอญ

SUÑÑATA SPIRITUAL FRIENDS
คณะศิษย์ร่วมจิตสุญญตา

ผู้สนับสนุนการจัดพิมพ์

พระสายหยุด ปญฺญาธโร
พระดิลก ปริสุทฺโธ
พระปลัดประสงค์ ปริปุณฺโณ
พระสมาน เดชปญฺโญ
พระมานะ วิริยารัมโภ
พระพรเทพ สุเทโว
พระสมเกียรติ โอภาโส
พระธนา ฐิสีโล
พระปกาสิต ปกาสิทฺโธ
คุณปราณี พงศ์สวัสดิ์
คุณราศรี จันทรางกูร และครอบครัว
รองศาสตราจารย์แพทย์หญิงอรวรรณ คีรีวัฒน์ และครอบครัว
คุณธีรพล+คุณธันยพร+คุณธนัท โชติธนาภิบาล
คุณมานะ และคุณจันทรจรัส บุญคุณ และบุตร
คุณภูเดศ จันทรางกูร
คุณธราดล จันทรางกูร
คุณเรี่ยม จันทรางกูร และครอบครัว
คุณรัตนา พงศ์สวัสดิ์
คุณโสพส และคุณพิกุล เตมียบุตร
คุณธรรมนูญ และคุณกรรณิกา ดวงมณี และครอบครัว
คุณสุกิจ และคุณสุภนิจ รัตนกาญจน์
คุณสุวิช ธีระพงศ์
คุณวิชัย ป้อมประเสริฐ และครอบครัว
พันเอก (พิเศษ) เยี่ยม และ พันโทหญิง มณเฑียร โฉมสวัสดิ์
คุณเสริมศรี สุวรรณปรีชา
คุณอมรรัตน์ ฉิมพาลี
คุณปิยนาถ ธรรมเสน
คุณนุชนาฎ เนตรประดิษฐ์
คุณขนิษฐา ตะล่อมสิน
พ.ต.อ. ชาลี และคุณภัทรา เภกะนันท์
คุณชูชาติ (เบิ้ม) และคุณอุไรวรรณ เนตรประดิษฐ์
คุณธำรง และคุณสุนทรีย์ เจริญสุข และครอบครัว

คุณอมรรัตน์ แซ่จิว
คุณจันทร์เพ็ญ แสงทองสุข
คุณศิริ วัฒนศัพท์
คุณลำยงค์ บุณยรัตนพันธุ์
คุณนิสา ชัยริปู
คุณเพ็ญพิมล สิริสวย
คุณประไพ อุปลานนท์
คุณบุปผณาฎ สุวรรณมาศ
คุณอมรรัตน์ ฉิมพาลี และคณะ
คุณสมเจตน์ และคุณสุมาลี วัฒนะ
คุณอภิชาติ ชมแสง
คุณกมล และคุณศิริรัตน์ นิโรดม
คุณเพลิน กิจฉวี
คุณสมใจ เชาวพานิช
คุณสุพจน์ รักษาทรัพย์
คุณสมเกียรติ พึ่งอาตม์
คุณวันดี รัศมี
คุณภักดี นริตถรักษา
คุณไพบูลย์ ชามาตย์
คุณศุภร บุญเนาว์
คุณพงษ์ ลิ้มวงษ์สกุล
คุณอัณนพ ปาณะดิษ
คุณมงคล คุณสุมนา ซื่อสัตยาวงศ์
คุณทิพกาญจน์ กลันทานนท์
คุณวิภาดา วรสิทธิกร
คุณฐานาวดี ท้าวสุวรรณ
คุณวัชราภรณ์ วนิชกุล
คุณยายชื่น คำขำ

แพทย์หญิงพรทิพย์ เชาวรียวงษ์
คุณบาง ภัทรบุตร
คุณจินดา โอสถจันทร์
คุณเบญจา สุทธิวานิช
คุณประยูร และคุณกัลยาณี คุปตะวาทิน
คุณเกษมศรี ต้นจำรัส
คุณกมลา ผลเลิศ
คุณวิชัย ป้อมประเสริฐ และคณะ
คุณกรินทร์ บูรณะพิมพ์ และคณะ
คุณอำพล และคุณลักษณา ชมแสง
คุณภูมิรักษ์ ชมแสง และคณะ
คุณอำนวยพันธุ์ วัฒนศิริพร
คุณจำนงค์ ไชยยงยศ
คุณพันธ์ศักดิ์ โรจนากาศ
คุณสืบพงษ์ รักษาทรัพย์
คุณลิ้ม แอบยิ้ม
คุณพลายงาม ดวงสว่าง
คุณบรรเทิง เกียรติพิริยะ
คุณพินิจ ศุภวัฒน์
คุณภักดี ธุระเจน
คุณอำนวย อยู่ไทย
คุณศรีสุวรรณ ชนะประเสริฐกุล
คุณปราณี เกาชวัต
คุณนรา เผ่าประเสริฐ
คุณสุรศักดิ์ วรสิทธิกร
คุณมันทนา สุโขวัฒนกิจ
คุณสุพรรณี โกเมนตระการ
คุณประยูร งามปลอด

คุณวีนัส งามปลอด
คุณสุปราณี จงวณิชย์
คุณประยงค์ และคุณสมทรง จินตกานนท์
คุณจิตรา ลิ่มวิวัฒน์
ด.ต. รพี สาช่อฟ้า
คุณประสิทธิ์ ค่ายกนกวงศ์
คุณสุรศักดิ์ กิจถาวรวิทย์
คุณวีระชัย โกมลจินดากุล
ดร.วารุณี บุญ + หลง
คุณสุดา ตันติวงศ์อำไพ
คุณลัดดา ฉอจิระพันธ์
คุณวาสนา วัฒนธรรม
คุณอัมภา สายะบุตร
คุณมนทิพย์ นิลประพันธ์
คุณสาคร + คุณรำยอง ชาวบ้านเกาะ
คุณสมบัติ เมฆวิลัย
คุณอำพันธ์ มณีโชติ
คุณสุรพงษ์ + คุณสุนทรา พันธุ์ไพโรจน์
คุณอมร บุญทวี
คุณจันทร์ฉาย ทิมไทย
คุณแม่พูน หลวงเทพ
คุณจำปา หุ่นรัตน์

คุณสุพิศ สันดุสิต
คุณเยื้อง ตันสกุล
คุณสำราญ เทียนประสาท
คุณนิ่มนวล แซ่ลี้
คุณสุรพร ชลสาคร
คุณวันชัย เจริญสุข
คุณชุติ เศรษฐ์ธนา
คุณกฤษณพงษ์ วิศาลสวัสดิ์
คุณสุกานดา สิทธิอาภากิจ
คุณแสงมณี ปิตินวสกุล
คุณมาลา ปานน้อย
คุณพรพรรณ บัวก้านทอง
คุณหทัยภัทร พิมพ์สุวรรณ
คุณจามรี + คุณวิจิตร อาภรณ์ศิริพงษ์
คุณขวัญดาว + คุณปัทมา ชาวบ้านเกาะ
คุณสัจจา ตอพล
คุณพ่อผวน + คุณแม่แม้น เข็มกลัด
คุณดอกรัก ชาวบ้านเกาะ
คุณบัญชา จิตต์สอาด
คุณพรเพ็ญ หลวงเทพ
คุณทุเรียน รอดมา
คุณณัฐวรรณ สิริกุลสิงห์

